287

Vegetarisk Tidsskrift

I dette nummer bl. a.:

Hilsen fra Indien

Årsmødet

Hilsen til Kongressen i Sigtuna

Beretning til World Forum

Kost og kræft

Vegetarisme og kvaksalveri

Banankrigen

Muld og ild

Anna Ullerup Haahr

Udgivet af Dansk
Vegetarisk Forening

46. årgang
nummer 8 - 9
Aug. - Sept. 1953

Ren vegetabilsk margarine

Til underretning for Dansk Vegetarisk Forenings medlemmer skal vi meddele, at Den Sanitære Fødevarefabrik, Baldersgade 14, Kbhvn. N., er den eneste, som har tilladelse til at fremstille margarine, vitaminiseret uden dyriske produkter. Margarinen leveres i pakker à ½ kg (portofrit ved aftagelse af mindst 5 pakker pr. gang) og kan foruden fra fabrikken også fås i forskellige forretninger (se annoncerne). Medlemskort (1953) må forevises. Fra provinsen opgives medlemskortets nr.

Foreningens og formandens adresse er: Havebrugskonsulent H. Mosegaard, Ågade 114², Kbhvn. N., GO 1163u, postkonto 256 56. Mosegaard er tillige kasserer og ansvarhavende redaktør af *Vegetarisk Tidsskrift.*

Foreningens næstformand: repræsentant N. Nielsen, Åbakkevej 19, 1., Kbhvn. F., DA 8222y.

Kontingent inkl. abonnement på Vegetarisk Tidsskrift: Enkeltmedlemmer kr. 7,00, ægtepar kr. 8,00, medlemmer under 20 år kr. 3,00. Livsvarige medlemmer kr. 75,00, ægtepar kr. 100,00.

Abonnement på bladet kr. 6,00 (udlandet 7,00). Kan bestilles hos postvæsenet eller bladets ekspedition.

Dr. Michael Larsens Vegetariske Børnehjemsfond's kasserer: Oluf Egerod, Bellahøj skole, Brønshøj, postkonto 2 82.

Vegetariske kursteder og restauranter i Danmark:

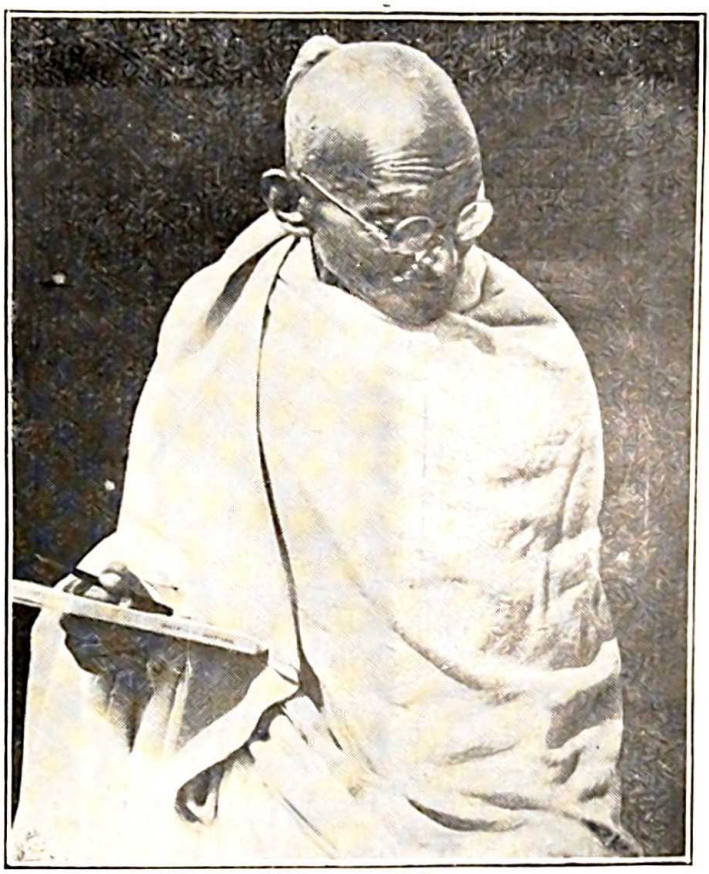
Vegetarisk Spisesalon, Borgporten 23², Århus.
Horseløkke Kurhjem, Fåborg.
Råkostkurstedet »Humlegården«, Humlebæk.
Skodsborg Restauranten, St. Kongensgade 36—38, mezz., København.
Vegetarisk Køkken, Kongensgade 39, Odense.
Skodsborg Badesanatorium, Skodsborg.
„Eckbohus", Bjerre strand pr. St. Fuglede (sommer).
Råstrup Kursted, Christiansminde, Svendborg.

Vegetariske spisesteder i OSLO:

Frisksportrestauranten, Grensen 18.
Råkostkurstedet „Vegeta", Drammensveien 201.
Bios, Kronprinsens gt. 5.

I TRONDHEIM:
Linnea Hotells helserestaurant.

For Indo-Danish World-Good-Will & Peace



Fra så fjernt et land som Indien har vi modtaget et meget smukt billede af Mahatma Gandhijee, som foruden ovenstående smukt prentede overskrift er forsynet med en serie fyndord og hjertelige hilsener fra professor D. V. Gokhale, M.A., 604 Sadashiv, Poona 2.

Professoren anerkender det arbejde, som af Dansk vegetarisk Forening gøres for vegetarismen, for forståelse, broderskab og fred mellem mennesker. Vegetarismen er en nøgle til fred. Endvidere har han prentet ordene: Ikke-vold, kærlighed, sandhed, menneskelig forståelse og broderskab. Til afslutning fremfører han ønsket om, at Gud vil velsigne vegetarerne i Danmark, Hs. Majestæt Kongen og det danske folk såvel som folkeslagene ud over jordens kreds.

Desværre egnede billedet sig ikke til reproduktion, men vi har tilladt os at anvende den samme cliché, som tidligere har været benyttet i VT.

Program for Dansk vegetarisk Forenings årsmøde

søndag den 18. oktober i KFUM (Ansgarsalen):

Kl. 10,00 Den ordinære generalforsamling med følgende dagsorden:

1) Valg af dirigent.
2) Formanden aflægger beretning og regnskab for året 1. juli 1952—31. juni 1953.
3) Valg af formand, 4 bestyrelsesmedlemmer, 2 suppleanter, 2 revisorer og 2 revisorsuppleanter.
4) Fastsættelse af kontingent for 1954 og af stedet for næste årsmøde.
5) Regnskabsaflæggelse for „Jens Nielsens fond til fremme af arbejdet for vegetarismen".
6) Beretning og regnskab for „Dr. Michael Larsens børnehjemsfond".
7) Eventuelt.

NB: Ethvert medlem kan lade sig repræsentere ved et andet medlem. Fuldmagter indsendes eller afgives til formanden.

Kl. 12,00 Fællesspisning a 3,50 kr. Der er endnu ikke truffet aftale med køkkenchefen om menuen, men vi kender KFUM som et af de få steder, hvor man sætter en ære i at tilfredsstille vore specielle ønsker. — Deltagelse må anmeldes senest den 16. oktbr. til fru Mosegaard, GOthåb 11 63 u.

Kl. 14,00 vil Dansk vegetarisk Forenings repræsentanter, næstformanden hr. Niels Nielsen og frue, ved Den Internationale Vegetarunions kongres i Sigtuna berette om de stedfundne forhandlinger og referere de vigtigste af foredragene. Hr. Oluf Egerod har lovet at supplere.

Kongressen havde næsten 200 deltagere, og 19 landsforeninger var repræsenterede. Af den lange række foredrag, som blev holdt, var mange særdeles interessante. Nævnes kan f. eks. fru dr. Nolfi og Elstrup Rasmussen fra Danmark, parlamentsmedlem Peter Freeman og dr. Wokes fra England, prof. Neering fra Amerika, ypperstepræst Bode fra Indien, dr. Ragnar Berg fra Sverige o.s.v.

Der vil således være mere end stof nok, og vi, der blev hjemme, glæder os til at høre nyt fra den store verden. Tag venner og bekendte med såvel til middagen som til at høre hr. og fru Nielsens sikkert interessante og levende beretninger fra kongressen.

Til vore medlemmer retter vi en kraftig opfordring til også at møde op til generalforsamlingen, der jo er foreningens højeste myndighed og stedet, hvor bestyrelsen skal have sine direktiver for dens virke.

Notér datoen allerede nu — det er ikke sikkert, vi når at udsende endnu et nr. af VT før årsmødet.

Bestyrelsen.

Hilsen til IVUs kongres i september 1953

Beklager ikke at kunne være til stede, men der er mange vanskeligheder for en lille mand, der i mangel af bedres havelse har påtaget sig en opgave, som bedre kunne have været løst af en større med mere tid — og flere penge.

Bl. a. har jeg i de 10 dage nærmest ved kongresdagene måttet påtage mig hele 4 radio- og fjernsynsudsendelser, af hvilke flere er mere eller mindre direkte propaganda for forøget forbrug af friske havesager. Og det er heller ikke sikkert, at man ville have sat pris på min personlige nærværelse ved denne kongres — tværtimod ville jeg sandsynligvis komme til at optræde som en hund i et spil kegler.

Til støtte for denne formodning kan jeg anføre, at det bidrag, som vil blive ydet af min landsmand Elstrup Rasmussen, er af en sådan karakter, at man kommer til at tænke på middelalderen med dens overtro og religiøse sværmerier, så jeg tror, at jeg ikke ville befinde mig ret vel i selskabet.

Hr. Egerod har imidlertid kaldt mig en kujon, fordi jeg ikke ved enhver lejlighed står op og gendriver de fra den kant fremsatte teorier og påstande, samtidig med at han beklager, at den danske vegetarisme, og da nærmest mig alene, ikke godvilligt tager alle de -ismer til sit hjerte, som de tilsvarende bevægelser i andre lande gør det.

Hertil vil jeg gerne have fremført så koncist, som det er mig muligt, at jeg til enhver tid er rede til at drøfte disse problemer med kompetente personer, men jeg indlader mig ikke på at diskutere religion. Hr. Egerod står jo heller ikke op i kirken og gendriver præstens prædiken.

Hvad er det da, der strides om?

Ja, gid jeg vidste det.

Spørger man et vist antal personer om, hvad biologisk-dynamisk driftsmåde er, får man her i landet mindst lige så mange, tildels svævende og modstridende forklaringer — og bedre bliver det ikke, når man taler med udlændinge.

Som eksempel kan anføres, at dr. Kirstine Nolfi udtrykkeligt erklærer, at hun *ikke* er biologisk-dynamisk, hvilket ikke forhindrer en amerikansk redaktør i at påstå, at det netop er på grund af de specielle værdier, som det påstås, at frugt og grønt opnår ved denne driftsmåde, hun opnår sine store resultater.

Jeg må være berettiget til at kræve, at man først definerer og afgrænser, hvad det er, man vil.

Dernæst må man betjene sig af benævnelser, som kan forstås af andre, og ikke nøjes med at fremsætte påstande om mysteriøse værdier, som ikke kan efterprøves eller måles eller vejes.

Alt andet er tågede fantasterier.

Dernæst ønsker jeg at gå over i offensiven og påstår:

at enhver form for jorddyrkning, der medfører en formindskelse af de fødemængder, der i dag kan præsteres, uvægerligt vil medføre endnu flere hungerdødsfald, end der i forvejen sker verden over;

at enhver, der direkte eller indirekte rækker hånd til sådanne metoders udbredelse, *er medskyldige i disse dødsfald,* der nærmer sig mord.

Tør kongressen som sådan eller dens enkelte deltagere ikke desto mindre gå ind for disse teorier, har jeg øjensynlig ret i min forudfattede mening: at der i Sigtuna befinder sig en forsamling af fantaster — omend velmenende fantaster.

Det turde være en selvfølge, at jeg under ingen form vil kunne gå med til udtalelser fra kongressen til gunst for andet end videnskabelig ledet jorddyrkning, tværtimod nedlægger jeg den allerskarpeste protest.

Når IVU ønsker at være rådgiver for FAO og ønsker at lade sin stemme høre i Een Verden, må det være på grundlag af facts og ikke på postulater, og jeg udlover en dusør til den, der kan påvise virkelige resultater af f. eks. biologisk-dynamisk dyrkningsmåde. Sådanne er nemlig ikke præsteret til dato og vil ikke blive det — selv om aldrig så mange bøger og blade er fyldt til randen med *påståede* beviser, hvoraf ikke et eneste kan stå for kritik af uvildige personer og institutioner.

Tværtimod udtalte professor A. Bondorff, som er leder af Statens Planteavlslaboratorium, ved Nordiske Jordbrugsforskeres Kongres her i byen (og hans ord blev transmitteret), at hvis opgaven er at præstere flere og bedre jordbrugsprodukter, er den biologisk-dynamiske eller andre sekteriske eller religiøse retninger *ikke* vejen.

Jeg tillader mig at bemærke, at ovennævnte kapacitet stammer fra et land, hvis jordbrug står højest i verden, i modsætning til visse mystikere fra underudviklede lande — og sådanne findes også uden for Asien, i hvert fald hvad det jordbrugsmæssige angår.

I denne forbindelse kan bemærkes, at det tilsyneladende altid er personer, der kun har få eller ingen beføjelser til at udtale sig om jordbrug, der skræpper højest og derved kun bekræfter det gamle ord, at man altid udtaler sig med størst sikkerhed om det, man intet begreb har om.

Vi danske vegetarer har ved vor henvendelse gennem statskonsulent A. P. Jacobsen til FAO vist, at vegetarismen som sådan har mulighed for at afhjælpe verdenssulten for uoverskuelig fremtid, og vi kan pege på farbare veje til at føre vore forslag ud i livet. Et foredrag herom er accepteret af den danske statsradiofoni.

Tiden er inde til, at vegetarismen frigør sig for uvedkommende -ismer, der kun gør os latterlige og får folk til at trække på smilebåndet, selv hvor det drejer sig om verdens alleralvorligste problemer.

Jeg anklager alle, som i ord og skrift er med til at trække vor bevægelse ned i et plan, hvor den ikke hører hjemme, og jeg appellerer til alle, som vil være med til at bære vor idé fremad og opad, at de ikke omgås letfærdigt med uvedkommende -ismer.

Ikke for intet er det blevet hævdet, at vegetarismen er den største tanke, der er fremme i tiden — men vi vegetarer har åbenbart været for små til at bære den.

Med vegetarisk hilsen. *H. Mosegaard.*

Da det omtalte foredrag af Elstrup Rasmussen blev holdt allerede den første dag, forinden de enkelte landes delegationer fik lejlighed til at

fremføre deres rapporter og hilsener, bragte hr. N. Nielsen ovenstående synspunkter vedrørende denne specielle dyrkningsmåde i tilslutning til foredraget; iflg. *Vegetarianen* skete det med stentorrøst og vakte da også megen forargelse, således som vi vil få mere at høre om ved årsmødet.

Beretning om Dansk vegetarisk Forening

fremsendt på opfordring til kongresnumret af den Internationale Vegetarunions officielle organ *World Forum* og omdelt til kongresdeltagerne.

DVF grundlagdes 1896 af kommunelæge Michael Larsen, der langt forud for sin tid og med stor klarhed hævdede, at den for mennesket sundeste — altså menneskets rigtige — ernæring er den naturbestemte, d.v.s. den af menneskets fysik og fyslologi bestemte: frugt, nødder og grønsager, som kan spises uden tilberedning.

Kun langsomt vandt foreningen tilslutning. Dens læresætninger var jo så afgjort i strid med de gængse anskuelser hos det brede folk som hos lægerne i dette madglade land, men foreningen har dog siden 1907 udgivet et månedsblad, som i de senere år ofte er blevet citeret i pressen.

Oluf Egerod, nu i IVUs bestyrelse, ledede i mange år et stort propagandaarbejde (brochurer, foredrag, maddemonstrationer), og under den første verdenskrig flerdobledes medlemsantallet, idet foreningen for sine medlemmer opnåede ret til ombytning af flæskemærker til brød-, sukker- eller smørmærker. Men disse „smørmærkemedlemmer" faldt fra igen ved rationeringens ophør — muligvis fordi foreningens virke skæmmedes af stærke divergenser mellem lederne, og muligvis fordi den i henhold til sine vedtægter optager enhver, der „sympatiserer" med dens formål (at udbrede kendskab til vegetarisk levevis for gennem denne at fremme sundheden, modarbejde brugen af skadelige nydelsesmidler og formindske dyrenes lidelser), medens afhold fra kød, alkohol og tobak kun forlangtes af *bestyrelsens* medlemmer. En del vegetarer har ikke ønsket at stå i en „vegetarisk" forening sammen med kødspisere — de ville foretrække en „vegetarforening".

En stor indsats for vegetarisk levevis er i Danmark gjort af adventisterne, specielt af dr. Carl Ottosen. Men dette har bevirket, at vegetarismen i vide kredse anses for at være en religiøs bevægelse.

Dr. Mikkel Hindhede (statens rådgiver i ernæringsspørgsmål under første verdenskrig) propagerede for vegetabilsk føde og udbredte derved kendskabet til vegetarismen, men da han lagde særlig vægt på *billig* føde, fik han arbejderklassen imod sig, fordi den i hans ernæringsanskuelser så en fare for lavere lønninger, en lavere levestandard.

Dr. Kirstine Nolfis propaganda for råkost for syge som for sunde har vakt røre i lægekredse. Hun har hjulpet mange mennesker til at genvinde helbredet, men på grund af hendes afvisning af enhver form for tilberedt mad er der kun få konsekvente tilhængere af denne den mest logiske form for vegetarisme.

Trods foreningens lave medlemsantal og mangel på egnet arbejdskraft har dens virke bidraget til, at man nu i Danmark ser ganske anderledes på vegetarismen end ved foreningens start. Medens en vegetar dengang

ansås for en særling, om ikke for at være helt skør, så anerkendes vegetarisk levevis nu i vide kredse som den rigtige, og man er ivrig for at betone, at man „spiser gerne — og mange — grønsager". Alligevel har Danmark et meget stort kødforbrug pr. individ, og der vil også i tiden fremover være hårdt brug for ivrige talsmænd for vegetarisk levevis. Det er mit håb, at man i fremtidens agitation vil lægge vægt på vegetarismens etik, på hensynet til dyrene.

I 1935 arrangerede vor forening IVUs kongres i Daugaard, som blev en succes, og jeg imødeser med interesse sommerens kongres i Sigtuna i håb om, at det må lykkes den at overbevise publikum og presse om, at vegetarismen ikke er en sekterisk bevægelse eller et patentmiddel mod dårlig mave, men at vegetarisk levevis er en nødvendighed for alle mennesker, om det sultens spøgelse, der truer menneskeheden, skal kunne forjages. Også ville det være til gavn for vore organisationer, om kongressen gav en advarsel til de fortalere for vegetarismen, *der lover frihed for alle slags sygdomme, kræft inkl.*, blot folk vil leve på en eller anden speciel diæt. Vor bevægelse er blevet handicappet ved, at sådanne propagandister er døde i en ret tidlig alder og tilmed af kræft.

Nok kan det fremme vor sag, at mange tilhængere kan bevidne, at vegetarisk levevis har hjulpet dem over diverse sygdomme, men i det lange løb ville det være af meget større betydning, om vi kunne vinde sportsmænd og hårdtarbejdende mennesker for vegetarismen, så disse kunne bekræfte, at de trives godt på vegetarisk kost.

N. Nielsen (næstformand i DVF).

Som det formodentlig fremgår af hr. N. N.s rapport om den vegetariske bevægelses udvikling her i landet, har den i det væsentligste fulgt de samme linier som i andre lande. Når vor forening i dag ikke står stærkere, end tilfældet er, skyldes det vel en vis foreningstræthed, men først og fremmest den kendsgerning, at det — på grund af divergerende synspunkter inden for den snævreste kreds — ikke lykkedes under den anden verdenskrig som under den første at skaffe vegetarer fordele ved ombytning af rationeringskort. Folk vil nu engang have noget for deres penge!

De rene idealister, som ønsker at gå ind for en sag, har som regel ikke mange penge, og uden medlemmer og midler er det vanskeligt at udrette noget, selv for den bedste ledelse. Men for mig at se står vegetarismen i Danmark ved en skillevej i dag. Enten skal den fortsat være et „naturfilosofisk system", der samler på alle slags „ismer", og som derfor kun virker tiltrækkende på et ganske specielt publikum, der næppe i fremtiden vil formå at løfte bevægelsen op fra det plan, hvor den hidtil har befundet sig — en stilling, som i vort lattermilde land tangerer det komiske — eller også må vi søge at redde vegetarismens bærende idé ind på et rent videnskabeligt grundlag. For dér hører den hjemme!

Hvis vi afskriver de naturfilosofiske betragtninger samt alle de vegetarismen som sådan uvedkommende „ismer" og religioner, vil der være en kerne, som kan stå for selv den mest kritiske betragtning fra erfaringsvidenskaben.

Men spørgsmålet er, om vor organisation kan reddes igennem denne revolution, eller om den bukker under, således at ideen, hvis den skal leve, må bæres videre af enkeltpersoner.

Jeg har ikke synderligt kendskab til internationalt arbejde på det vegetariske område, men det er mit indtryk, at man mange steder i verden er endnu fjernere fra videnskabelige betragtninger end i vort land, og det skulle glæde mig, om vi her kunne bringe bevægelsen et hanefjed nærmere målet. Viden forpligter, og det siges, at vi i Danmark f. eks. på jordbrugets område er nået videre end i noget andet land. Netop derfor må vi bringe verden noget nyt og positivt.

Medens det erkendes, at det i løbet af de sidste 50 år er lykkedes for amerikanere delvis at ødelægge en oprindelig frugtbar jord, har vi formået at øge vor gamle kulturjords udbytte med 100 %, hovedsageligt ved at udnytte videnskabens resultater i det daglige liv.

Enten vi vil det eller ej, må vi fortsat følge udviklingens lov. Ethvert forsøg på at vende sig til „naturfilosofiske systemer" på næringsproduktionens område vil øge verdenssulten og derigennem gøre os medskyldige i den hunger, der allerede har kostet så talrige dødsfald.

Enten må vi tage videnskaben i vor tjeneste, eller vi må gå tilbage til stenalderen.

H. Mosegaard (formand i DVF).

Kost og kræft

Det var synd at sige, at professor Carl Krebs ved radiumstationen i Jylland hidtil har udtalt sig særlig positivt om visse diætformer i kampen mod kræften, men nu synes det alligevel, som han kan tænke sig, at kosten *kan* have indflydelse i hvert fald på visse former for kræft.

Det drejer sig om syv tilfælde af knogle-kræft, der alle er blevet behandlet med røntgen, uden at man dog har kunnet konstatere nogen særlig fremgang ved denne kur alene; men kombineres den med særlig vitaminholdige æggeblommer, mener han at kunne konstatere en virkning, som han ikke vil holde for sig selv, trods materialets spinkelhed.

Viser dette sig at holde stik, synes der at være anbragt en omend nok så lille tvivl i d'herrer videnskabsmænds bombesikre tro på, at ernæringen ingen indflydelse har hverken på opståelse eller helbredelse af kræft.

Professoren gik ud fra følgende betragtning: En æggeblomme kan i løbet af 3 uger blive til en kylling. Den må derfor indeholde alle de stoffer, der er nødvendige til dannelse af alle de forskellige organer i organismen, altså også til knogledannelse. For at få særlig vitaminrige æg fodres hønsene med blåmuslinger, der er meget rige herpå. Han har åbenbart også skelet til vitaminerne. Hvem ved, hvad denne i og for sig ikke særlig originale betragtning kan føre til. Det kan jo også med en vis ret fremføres, at det græs, en ko spiser, må indeholde alt, hvad den skal bruge, da den gennem generationer ikke behøver andet end græs, ikke engang særlig vitaminiseret græs.

Vi ønsker professoren al mulig held.

Vegetarisme og kvaksalveri

Vi skal gå let hen over forhistorien; det var vist noget med „ett upprörande fall av kvacksalveri" i forbindelse med råkostbehandling, som fik dele af den svenske presse til at falde over vegetarismen som sådan, hvilket har foranlediget Svenska Vegetariska Föreningens ordförande, major Ernst Killander, til at fremsætte nedennævnte, der dækker foreningens og dermed — stort set — vegetarismens indstilling og mål.

Vi vegetarer følger den urgamle helselov, som er bygget på naturens egne love. Vi støtter os på videnskabelige fakta og forskninger og har tillid til vore svenske læger. Vi tager bestemt afstand fra alt, hvad der hedder kvaksalveri. Vi mener, at hvert menneske har sin egenart, hvorfor der ikke kan foreskrives noget generelt diætskema, som passer alle. Vi giver os absolut ikke ud for helseprofeter, kun ydmyge elever i livets skole.

Jeg vil citere, hvad en moderne tysk mediciner, som selv er vegetar, sagde i en forsamling af kostreformhandlende: „Kom i hu, at De kan blive lægernes medhjælpere ved at oplyse mennesker om værdien af en rigtigt sammensat kost. Men Deres største ansvar er at vide, hvor grænsen gaar, hvor De skal tie — og ikke søge at give råd."

Vi tror heller ikke på en særskilt diæt som vej til sundhed. I et naturligt levesæt indbefatter vi også alsidig motion, sol, luft og vand. Den egentlige årsag til sundhed ligger dog i vor sjælelige indstilling. Vi tror, at vegetarismen kan hjælpe menneskeheden til større lykkemuligheder, bedre helbred, øget fred og forståelse mellem individer og folk. Eller som prof. Alexis Carrel siger i sin bog „Mennesket det ukendte": De, som kæmpede, herskede og undertrykte, levede hovedsagelig af kød og gærede drikke, medens de fredelige nøjedes med mælk, grønsager, frugt og brød.

Vi vegetarer har grund til at hente fortrøstning i det faktum, at Hippokrates — lægekunstens fader — og mange andre fremstående læger har fulgt denne linie helt og fuldt. Vor bestræbelse og forhåbning er sundhed til hele det svenske folk, og vort ønske er øget forståelse fra vore lægers side for indholdet og værdien af vort program.

I det foreløbige referat af kongressen i Sigtuna har „Vegetarianen" bidt mærke i, at dr. Kirstine Nolfi udtalte sig med påfaldende forsigtighed vedrørende kostens muligheder for at helbrede gamle indgroede tilfælde af kræft. Her viste erfaringerne, at man kun kunne opnå en lindring af smerterne. Kræft synes at være en blodsygdom, sagde dr. Nolfi, og det er svært at bekæmpe den. Men er man råkoster, er man som regel på den sikre side. — — —

Som hr. N. Nielsen har anført i rapporten til *World Forum,* er der undtagelser fra denne regel.

Sensationen

på den store radiolog-kongres var den engelske læge, dr. John Lithgow, der røg 1000 cigaretter om ugen!

Yes, we have no bananas - -

Selv om vi her i VT mener at have gjort vort bedste for at skelne mellem, hvad der er bladets eget stof, og hvad vi har tilladt os at bringe fra andre blade, så synes det alligevel, som uheldet forfølger os, når vi har bragt ordrette og signerede citater.

Engang i fjor bragte vi således nogle betragtninger om sporten og dens udøvere af vor meningsfælle hr. E. Dehn, hvilket resulterede i, at en sportsmedarbejderen tilsyneladende havde styrken koncentreret i benene tagne gange at falde over mig lille mand, og ad underlige veje blev sagen drejet derhen, at jeg mistede en indtægtspost ved samme blad, blot fordi sportsmedarbejderen tilsyneladende har styrken koncentreret i benene mere end i hovedet.

I vort majnummer i år bragte vi et citat af Hardy-Hansen, hvor han raillerer over „de næringsløse bananer", der oven i købet var under mistanke for at være skyld i polio-epidemien, samt endnu en hel del af samme skuffe, og selv om citatet blev forsynet med en kommentar på fire linier gående ud på, at man oprigtigt måtte håbe for de danske frugtavlere, at de måtte få en formand, der ikke på så rabiat måde søgte at ødelægge forholdet mellem producent og forbruger, så har ikke desto mindre hr. Viggo R. Jensen i kolonihaveforbundets blad benyttet lejligheden til at falde over VT med en bister kritik, som vi dog kunne have taget os let, såfremt blot bladet ville oplyse sine læsere om den forkerte adresse og lade hr. Jensens kommentarer gå videre til Hardy-Hansen, hvis ikke netop det tydeligt nok fremgik af teksten, at det var vegetarerne som sådanne, der skulle kanøfles, fordi de bragte den slags pseudovidenskabelige betragtninger på markedet og i vor sekteriske tro på, at vi havde fundet de vises sten, søgte at pådutte andre vore meninger.

Nå, nu har vi bedt kolonihavefolkets blad om at berigtige fejlen og ønsker tillige oplyst, at vi så langt fra at være pseudovidenskabelige søger at være på lige side med al ærlig videnskab, og kun såfremt man vil påstå, at det er sekterisk at have den opfattelse, at kun den ernæring, som en skabning er skabt til, må være den mest ideelle, erkender vi at være sekterere.

Bortset fra det ganske uhyrlige i hr. Jensens betragtninger om, at det netop skulle være os vegetarer, der ville have indførsel af „de næringsløse bananer" forbudt, så kunne vi have sluttet her, hvis ikke Gartnernes Erhvervsråd havde fået påstanden om bananernes ringe værdi som føde — bortset fra anvendelsen til nogle svage barnemaver — så forkert i halsen, at rådet i en lang artikel i Gartner Tidende gentog flosklen så ofte, at jeg fandt lejlighed til at advare imod så uholdbare påstande, eftersom Richard Ege oplyser, at bananer indeholder dobbelt så megen næring som de danske æbler, hvormed de skulle sammenlignes.

Dette skud for boven var så meget mere påkrævet, som rådet netop på det alvorligste havde advaret mod at fremsætte uhyrlige påstande (à la H.-H.), som det ville være en let sag for pressen at betegne som det rene vås.

Men trods rettidigt anbragte advarsler gik de „næringsløse bananer" ikke desto mindre ud i presse og radio i anledning af gartnerdagen på Skagen.

Selv om vi vegetarer må anerkende det standpunkt, som rådet har indtaget, og som går ud på, at hvis der endelig skal indføres bananer, bør det ske uden stop for ikke at fremkalde unødig interesse for sagen, så var det dog ingen skade til, om rådet betjente sig af mere sagkyndig arbejdskraft for ikke oftere at risikere at komme ud i det rene vås, som det selv advarede imod.

Men hvorledes ser da regnskabet mellem bananer og æbler egentlig ud? Ja, hr. Jensen bringer i sin polemik følgende oversigt, der dog er uden kildeangivelse, og da den på nogle punkter afviger fra professor Eges tabeller, har vi i vor trang til at være videnskabelige opfordret ham til at opgive kilden til sin viden, men her er altså tallene, og når vi af disse kan se, at bananer ikke er så dårlige endda, er det dobbelt kedeligt for os at skulle undvære dem nu, da det går mod mørketiden og det oven i købet synes at være skralt med æblehøsten — i hvert fald tyder priserne på dansk frugt i den retning.

Hr. Jensens anonyme tal:

100 gr spiseligt æble indeholder:	*100 gr spiselig banan indeholder:*
56 kalorier	93 kalorier
4 mg kalk	4 mg kalk
16 mg fosfor	34 mg fosfor
24 mg jern	0,63 mg jern
63 enheder A-vitamin	250 enheder A-vitamin
15 enheder B-vitamin	30 enheder B-vitamin
5 mg C-vitamin	5 mg C-vitamin

Dr. Richard Eges tal:

100 gr spiseligt æble indeholder:	*100 gr spiselig banan indeholder:*
50 kalorier	100 kalorier
12 mg kalk	10 mg kalk
15 mg fosfor	30 mg fosfor
0,3 mg jern	0,5 mg jern
50 enheder A-vitamin	300 enheder A-vitamin
25 gamma B^1-vitamin	75 gamma B^1-vitamin
25 gamma B^2-vitamin	50 gamma B^2-vitamin
0,25 mg B^6-vitamin	0,5 mg B^6-vitamin
8 mg C-vitamin	10 mg C-vitamin

I øvrigt var det meget interessant at overvære gartnernes debat om bananer eller ikke bananer. En af dem, der prægede forhandlingerne i særlig grad, forstander N. Klougart, erklærede rent ud, at man ikke burde opkaste sig til formyndere for publikum, der selvfølgelig burde have, hvad det ønskede.

Formanden, hr. P. Beck, var ikke så glad for denne udtalelse og forespurgte, hvad man ville sige til, om der i lighed med, hvad tilfældet er på den anden side af Øresund, året rundt stod vognladninger med billige

tomater og agurker på enhver banegård, direkte ankommet fra sydlige lande og derfor til betydeligt lavere priser end dem, gartnerne hidtil havde opnået i læ af den beskyttelse, som disse og adskillige andre kulturer hidtil har haft.

Der blev dog ikke nogen debat om dette punkt, der sandsynligvis forekom de fleste af de tilstedeværende 200 repræsentanter så absurd, at det ikke var ulejligheden værd at tænke det igennem.

Men det kan jo ske, at problemet alligevel rykker os ind på livet en skønne dag, og da kan det hænde, at dansk gartneri kommer ud for en strømkæntring, hvor noget måske vil gå under, men andet til gengæld vil udfolde sig på en sundere basis end hidtil.

Nå, vi kommer vel igennem de bananløse måltider — navnlig når vi voksne tænker tilbage på de lange år, da vi ingen havde; men der er nok adskillige af de små — også dem med de sunde maver — som vil savne den lige så liflige som omstridte frugt.

Æblemost

Overlæge Dr. Müller, Schweiz, skriver:

Ligevægten mellem ernæringens forskellige bestanddele er endnu vigtigere end selve disse bestanddele. Af ligevægten afhænger sundheden. Kun naturen er i stand til at frembringe drikke med ligevægt og harmoni mellem deres enkelte bestanddele. Frugtmostens næringsværdi svarer til mælkens, druemosten overgår den endog. Alkoholiske drikke gør hurtigt mat og slap, og man bliver søvnig.

Derimod giver frugtsaft friskhed og kvikker op.

Most er ikke blot en energikilde som f. eks. brød. Den er mere — den er et forebygende næringsmiddel, der forebygger sygdom. Most er af en sådan vigtighed for folkesundheden, at ikke alene læger og hygiejnikere, men også lærerstanden må gøre deres indflydelse gældende til fordel for denne tiltalende, nærende og sunde moderne drik.

— — — Da Lundberg i sin tid slog æblemosten ud med sine aldeles ubegrundede påstande om meget høje kalorietal, altså en fare for den slanke linie, gik vi til sagkundskaben og fik autentiske oplysninger om de reelle værdier. Det viste sig, at kalorieindholdet på det nærmeste svarede til den øltype, der drikkes i usandsynlige mængder i Danmark, uden at der i øllet er eller kan være tale om særlig stort indhold hverken af beskyttende stoffer eller andet af „værdi" end netop den alkohol, hvis giftvirkning så mange sætter pris på.

Vore oplysninger blev citeret og kommenteret i et usandsynligt stort antal blade, og når det nu kan konstateres, at forbruget af æblemost er steget med 25 %, kan vi sikkert tilegne os en ikke ubetydelig del af æren.

Ikke desto mindre har man endnu ikke givet os den støtteannonce, som vi fandt naturlig. Selvfølgelig er det en trøst at vide, at æblemosten atter skaber sundhed i danske hjem, men hvis vor økonomi havde tilladt det, kunne vi måske udrette endnu mere til fælles bedste.

Muld og ild

Vi jorddyrkere kommer ikke sjældent ud for påstanden om, at jordens ydeevne vil gå tilbage, når der ikke tilføres staldgødning eller andre mulddannende stoffer. Det er tilsyneladende også en naturlig tankegang, at brugen af udelukkende uorganiske næringsstoffer efterhånden vil gå ud over det, som man kalder muld. Nu er mulden som sådan ganske vist ikke egentlig plantenæring, men den kan omdannes dertil, og det vides, at selv ganske få procent af disse kun halvt nedbrudte planterester har en særdeles gunstig indflydelse bl. a. på jordens vandholdende evne og i det hele taget evnen til at gøre madjorden til et behageligt opholdssted for planterødderne.

Nu har det trods alt vist sig, at tilførsel af såkaldt „kunstgødning" kan forøge indholdet af muld i jorden i ganske væsentlig grad, idet den forøgede afgrøde, som fremkaldes af de stoffer, jorden ellers var fattig på, ikke kan undgå at efterlade betydelig større rodmængder end de fattige afgrøder, jorden kunne præstere uden „kunst"gødning.

Der er i parentes bemærket intet andet „kunstigt" ved de tilførte stoffer end at de som regel har været til stede i jorden på et tidligere tidspunkt, men er opløst og af regnvandet ført ud i havet, hvorfra vi altså blot henter dem tilbage, evt. efter at de har ligget aflejret i årtusinder som bundfald fra udtørrede have.

Vore egne gødningsforsøg, der ligger ved Askov, er nu over 50 år gamle og viser til stadighed et betydeligt større, og stigende, udbytte af de „kunst"gødede parceller fremfor de ugødede, og hvad mere er: de giver bedre udbytte end de parceller, som gennem hele denne årrække har fået staldgødning i mængder, som i henseende til egentlige plantenæringsstoffer har svaret til de „kunst"gødede parceller.

Disse i og for sig trøsterige resultater bekræftes nu fra Englands ældste forsøgsstation Rothamsted, der ligger nord for London. Man delte en ældgammel græsmark i flere parceller, hvoraf en ikke fik nogen gødning. Denne har holdt sig uforandret såvel hvad plantebestand som ydeevne angår.

Den parcel, som fik tilført kvælstof i form af svovlsur ammoniak, er efterhånden blevet så sur, at ikke engang rødknæ kan trives, hvilket mange haveejere, som arbejder med et for højt reaktionstal i deres jord, har godt af at skrive sig bag øret. Det kan altså lade sig gøre at ændre endog ganske betydeligt i disse forhold.

Bedst var den parcel, som foruden fosforsyre og kali fik kvælstof i form af chilesalpeter. Her opnåedes ikke større udbytte ved tilførsel af kalk. Anvendtes der kun fosforsyre og kali, ændredes plantebestanden i retning af kvælstofsamlende bælgplanter, altså en slags selvforsyning. Udeladelse af kali ændrede plantebestanden i retning af kurvblomstrende planter og lidt rødknæ.

Næstbedst efter den fuldgødede parcel — altså den, der foruden fosforsyre og kali også fik kvælstof i form af chilesalpeter, var den staldgødede parcel. Tilførte man yderligere kalk, tiltog bestanden af bælgplanter.

Gartner-Tidende mener, at disse resultater kan få betydning for de frugtavlere, som gerne vil bevare en stor bælgplantebestand til gavn for jordens ydeevne, men det må huskes, at forsøgene er udført i et land med større nedbør, der bedre tillader græs under frugttræer.

Men selv om vi må erkende, at vi ikke alene kan bevare, men også forøge jordens muldindhold ved hjælp af „kunst"gødning og god kultur i øvrigt, er der absolut ingen grund til at ødsle med mulden, især ikke på de i forvejen muldfattige egne.

Ikke desto mindre flammer bålene over de danske marker som aldrig før. Med en nidkærhed, som gjaldt det udryddelse af kartoffelbillen el. l., sendes den aftærskede halm, som kunne blive til tusinder af tons livsvigtig muld, op i æteren, medtagende enhver form for liv.

Der er intet så trøstesløst som disse røgsværtede marker, hvor frøerne ligger dræbt i det sidste spring for livet. Kun musene går i dækning i deres skyttegrave.

Jægerne anbefaler ganske vist at anbringe tændstikken således, at flammerne må arbejde sig imod vinden, således at der bliver tid til at flygte for alt, som flygte kan, men det går nok så gesvindt ved at arbejde med vinden, selv om det så også skal gå ud over plantebestanden i hegnene — ja, indimellem ryger naboens utærskede ager jo også med.

Nu påstås det ganske vist, at der medgår så store kvælstofmængder til formuldning af de store halmmængder, at det går ud over økonomien, men mon der tages tilstrækkeligt hensyn til de mængder af organiske stoffer, som ilddjævelen sluger?

Det er i hvert fald stygt at se et skovbryn raseret af varmen fra den hvedemark, som den har skærmet mod stormen.

Og hvad med den katastrofale forhøjelse af reaktionstallet, hvor det brændbare materiale har ligget i tykke lag?

Og hvad med de nyttige insekter, f. eks. humlebierne? Om ikke de selv omkommer i flammerne, raseres de i forvejen sparsomme bopladser.

Hvad hormoner og andre kemikalier ikke allerede har udryddet af den vilde flora og fauna i vort lillebitte land, skal ilden nu fortære.

Krebsegang

Som bekendt er der fra dyrevenlig side gjort en indsats for at formindske krebsenes og andre skaldyrs lidelser som følge af stigende temperaturer i den gryde, hvor de må lade livet.

Man er blevet stående ved den fremgangsmåde, at dyrene anbringes i koldt vand, idet man vil hævde, at de så mister bevidstheden inden det skæbnesvangre kogepunkt; men det er en udtrykkelig forudsætning, at der forinden anbringes en trærist i bunden af gryden, for at de kære dyr, som man er noget så omhyggelige for, ikke skal brænde tæerne.

Der forlyder dog intet om, at der *var* anbragt en sådan rist i den gryde med 50 l kogende vand og krebs, hvori den stockholmske smørrebrødsjomfru ved et uheld selv havnede. Derimod oplyses det, at der sælges ca. 1 million krebs om dagen, og der går to snapse på hver — i Sverige altså.

Oxalsyren i spinat og rabarber

Vi har tidligere beskæftiget os med det højst ejendommelige i, at „sagkundskaben" slog så hårdt ned på oxalsyreindholdet i spinaten, at denne blev en næsten usælgelig vare på torvet, medens der fortsat kunne afsættes umådelige mængder af rabarber, der dog måtte formodes at have betydeligt større skadevirkning på grund af de store portioner, som konsumeres af den enkelte. medens spinat er en forholdsvis sjælden ret i Danmark. Der bruges næppe 1 kg spinat pr. individ pr. år.

Nu har Statens Husholdningsråd i Faglige Meddelelser nr. 4 1953 undersøgt sagen nærmere og kommer til følgende konklusion:

Indtagelse af nogle få gram oxalsyre kan give alvorlige forgiftningssymptomer. Den dødelige dosis angives at være 5—20 g, svarende til indholdet af oxalsyre i 1—4 kg spinat eller i 0,5—2 kg af de oxalsyrerigeste rabarbersorter. Oxalsyre uskadeliggøres, når den bindes til kalk. Derved bliver oxalsyren selv og den til oxalsyren bundne kalk uresorberbar.

Såfremt der er tilstrækkelig kalk i føden og i fordøjelsessekreterne til at binde oxalsyren, vil den derfor blive uskadeliggjort, bortset fra, at den kalk, der er bundet til oxalsyren, ikke kan udnyttes.

Med mulighed for en enkelt undtagelse er der ikke fundet betydende forskel i oxalsyreindholdet i 58 forskellige spinatstammer. Der er noget mere oxalsyre i storbladet end i småbladet spinat.

Der er meget stor forskel på oxalsyreindholdet i forskellige rabarbersorter og i samme sort på forskellige høsttidspunkter.

Den nederste del af rabarberstilke indeholder mere oxalsyre end den overste, og store stilke indeholder mere oxalsyre end små stilke i samme vægtmængde.

Oxalsyreindholdet i andre almindelige danske levnedsmidler end rabarber og spinat er uden praktisk ernæringsmæssig betydning. Indholdet af oxalsyre i rabarber er formentlig i reglen af større betydning end indholdet af oxalsyre i spinat, fordi kun få mennesker spiser spinat mere end een gang om ugen, medens mange i maj og juni måned spiser rabarber næsten hver dag. Rarbarbersorten Linnæus har et særligt lavt indhold af oxalsyre. Hvis man anvender denne sort, vil al oxalsyren i en portion rabarbergrød af 200 g rabarber kunne uskadeliggøres af kalken i 2 dl mælk. Da det gælder for de fleste mennesker, at den mælk, der anvendes til rabarbergrød o. l., gives udover det sædvanlige mælkeforbrug, bliver oxalsyreindholdet i rabarber af underordnet betydning, når man anvender sorten *Linnæus*.

Hvis man foretrækker sorten *Elmsfeuer,* der giver både bedre smag og smukkere farve, men som har et meget højt indhold af oxalsyre, nemlig ca. 1 % eller 10 g oxalsyre pr. kg rabarber, bør man tilsætte 2 spiseskefulde 40 % kalciumkloridopløsning pr. kg rabarber. Til rabarber af andre end de to nævnte kan det anbefales at tilsætte 1 spiseskefuld 40 % kalciumkloridopløsning pr. kg rabarber.

Ønsker man klar saft, kan man tilsætte kalciumkloridopløsningen under kogningen, si saften fra resten af stilkene og lade saften stå til

næste dag. Den klare saft kan da i reglen hældes fra bundfaldet af kalciumoxalat.

Med hensyn til spinat må det anbefales, indtil der foreligger en nærmere undersøgelse af den muligvis særligt oxalsyrefattige stamme *Juliane*, at tilsætte 1 spiseskefuld 40 % kalciumkloridopløsning pr. kg spinat under kogningen.

40 % kalciumkloridopløsning kan fremstilles således: 400 g rent, vandfrit kalciumklorid opløses i et litermål i vand. Når alt er opløst fyldes op med vand til 1 liter mærket. Er opløsningen grumset, kan den sies gennem en tot vat i en tragt. Opløsningen er ubegrænset holdbar.

Walter Hammer 50 år

Mange af os husker fra 30'erne *Walter Hammer*, der boede i København som landflygtig tysker. Mange kendte ham kun som vegetar og vidste ikke, hvilket betydeligt menneske han var.

Det er vel næsten nok at sige, at Hitler fordrev ham. Hans idealisme passede ikke i det ensrettede Tyskland. Hans forlag, der Fackelreiter-Verlag, var for fredsvenligt for den krigsgale despot. Alle de store navne, der skrev for forlaget, som Hans Paasche og Fritz von Unruh, blev med eet forbrydere. Walter Hammer havnede i København, hvor han blev en central figur i arbejdet mod nazismen.

Da tyskerne så kom her, var hans skæbne beseglet. Han kunne være flygtet til Sverige d. 9. april, men hans kartoteker og notitser var farlige for hans venner. Han blev her for at ødelægge det, og så forsøgte vi at gemme ham og smugle ham til Sverige. Men, horribile dictu, det *danske* politi, der på den tid hjalp besættelsesmagten, greb ham og overgav ham til tyskerne. Han vidste, hvad der forestod, og forsøgte at tage livet af sig, men det mislykkedes. Nu fulgte et martyrium gennem hele krigen: koncentrationslejr og tugthus. Han blev så „befriet" af russerne. I Østtyskland begyndte han så med støtte af russerne at udarbejde et stort værk og museum, der skulle dokumentere skændselsgerningerne fra tugthuset Brandenburg. Men russerne ville ensrette det og kun se det under kommunistisk synsvinkel, arbejdet blev standset, og han måtte flygte. I Vesttyskland forsøgte han så at få helbred og nerver i orden, og det er gået så nogenlunde. Den vegetariske fane har han stedse holdt højt, — en af vegetarismens store, som han er.

I fjor fik han lov at besøge Danmark igen. Hans venner her havde forsøgt at redde hans ejendele, men dårlige forvaltere havde forkludret sagen. Dog var det vigtigste jo at se den gamle åndskæmper i vigør igen, i kampen for sine idealer, opbyggende sin literære virksomhed og stående fast på sin vegetariske grundvold.

Vi hører nu fra Tyskland, at han i maj fyldte 65 år. Den tyske forbundspræsident Theodor Heuss hædrede ham med fortjenstkorset, og fra alle sider hyldede, takkede og anerkendte man den stoute idealist.

Vi beklager at komme for sent med vor hyldest, men vi siger af hjertet: tak og tillykke. — Vegetarismen er stolt af Walter Hammer! — (Adressen er: Bilserstrasse 16 D, Hamburg 39). *Oluf Egerod.*

En lyserød gris

Dyreværnere forsamler eder og opløfter frydeskrig! Nu endelig efter langvarig og bitter kamp er sejren vundet! Landets kvindelige minister for al massemyrderi på sagesløse dyr har resolveret, at dette herefter kun må ske efter forudgående elektrisk bedøvning.

Herefter skal intet anklagende døddsskrig nå til vore sarte øren. Nej, herefter er vi virkelig „humane" og kan nyde de dræbte dyrs forskellige organer i fred for enhver form for samvittighedskvaler.

Begivenheden bør på ikrafttrædelsesdagen fejres f. eks. ved udbringelse af skåler med varmt, lyserødt griseblod.

Allerede nu kan man i et forretningsvindue iagttage en muntert udseende lyserød keramikgris iført det elektriske udstyr, som hører til eksekutionen. Den morer sig øjensynlig over, hvad der skal foregå, omtrent på samme måde som livet skildres på banale julekort, hvor nisser med lange knive morer sig omkap med de grise, som jagten gælder.

Nej, kære dyredræbere og dito -spisere — så let går det ikke!

Hvis I tror, at I ved hjælp af nogle kilowatt, hvorved selve dødsskriget kan kvæles, før det fødes, kan købe jer aflad for selve dette at dræbe — dræbe uden nødvendighed, men blot for at æde — så er I på vildspor!

Ja, selv om I så kunne bevise, at de pågældende dyr aldrig har været udsat for lidelser eller afsavn af nogen art, indtil drabet finder sted, og selv om I kunne retfærdiggøre hele det kolossale spild af værdier, som dyreproduktionen indebærer, og som er medvirkende til, at fattigdom og sult er os inde på livet, så vil I aldrig kunne forene selve drabet, omend dette sker nok så „humant", med hverken etiske love eller samvittighedsmæssige følelser. Dertil står disse store og i intelligensmæssig henseende veludstyrede skabninger os alt for nær.

Eftersom også vi vegetarer har formindskelse af dyrenes lidelser som en del af vort formålsprogram, hilser vi selvfølgelig ethvert skridt i denne retning med glæde, men vi lader os ikke lulle i søvn, fordi dødsskrigene nu forstummer, tværtimod vil vi med endnu større kraft fremholde budet: Du skal ikke dræbe!

Sport for mandfolk

To bilister fra Jylland erhvervede sig så mange promille under et besøg i Middelfart, at den ene blev antruffet under sære manøvrer på sindssygehospitalets grund, medens den anden blev standset af en lygtepæl, hvorefter vrede kvinder halede ham ud af vognen og behandlede ham efter fortjeneste.

Jo, det er virkelig mandigt at drikke sig fra vid og sans og være en fare for sine medmennesker.

Eksemplet fra Middelfart bør danne skole. Hiv de drukne mandfolk ud af vognene og lad kvinderne maltraktere dem! Det kunne da være, at det så kunne gå op for enkelte, at det ikke er nær så flot at drikke sig fuld, som det øjensynlig endnu i vide kredse anses for.

Fire spisegrupper på Krogerup højskole

Efter den stort anlagte velkomst, der blev rettet til de 25 deltagere fra syv forskellige lande, der skal studere andelsbevægelsen her i landet, satte man sig uanset spisevaner til det veldækkede tebord, men senere går det ikke så glat, skriver Politiken, eftersom hinduerne ikke spiser kød, moslem-tilhængerne ikke flæsk, og andre er vegetarianere, og de fra Ceylon ikke har religiøst betonede spisevaner; derfor må man inddele dem i ikke færre end fire hold.

Vi kan ikke rigtigt se, hvorfor hinduer og vegetarianere ikke kan sidde ved samme bord, og hvorfor de fra Ceylon ikke kan sidde sammen med moslem-tilhængerne, for det skulle da ikke være absolut nødvendigt at proppe flæsk i dem fra Ceylon blot for at irritere moslem-dyrkerne, såfremt det da ikke netop drejer sig om at demonstrere flæsk fra andelsslagterier aflivet efter diverse mere eller mindre „humane" metoder.

Det helt utænkelige for danske andelsfolk: at sætte samtlige deltagere til et vegetarisk dækket bord, har åbenbart ikke været inden for synskredsen.

Det synes, som om andelstanken ikke er helt fremmed for deltagerne, eftersom der alene i Pakistan er 50.000 andelsforetagender med 4 millioner medlemmer. Inden for regeringen er der et andels-departement, og der bliver oprettet en læreanstalt for bevægelsen.

Et af de store problemer derude er overrislingen af landbrugsarealerne, som søges løst på andelsbasis. I den anledning har en af deltagerne måttet besøge en hel række landsbyer og har ikke kunnet undslå sig for at deltage i den almindelige rygning på vandpibe, hvorved han er blevet forfalden til tobak, som han tidligere var fanatisk modstander af, og nu ryger han lange cigarer.

Det er åbenbart lettere for landsbyens folk at omvende regeringens repræsentanter end omvendt.

Det er ligeledes en selvfølge, at det drejer sig om overrisling af *landbrugs*arealer, hvilket er et uhyre kostbart foretagende i sammenligning med de summer, der er nødvendige for at skaffe vand til de beskednere jordstykker, der kan ernære befolkningen, såfremt de dyrkes som have og ikke som landbrug, men her har Danmark, som ellers ofte benævnes noget i retning af „en have", altså ikke ment at kunne missionere.

Ministre og andre honoratiores, som var mødt op fra forskellige lande for at byde velkommen, undlod ikke at hentyde til den kendsgerning, at Danmark er den sjettestørste bidragyder til den tekniske hjælp til de underudviklede lande, hvilket udregnet pr. indbygger bliver langt større end noget andet lands.

Nu må man inderligt håbe, at de ikke helt små summer, som dette kursus koster danske skatteydere, må komme til at svare regning, men der lurer altid en mistanke om, at alt, hvad der tangerer *landbrug*, er noget i retning af at ødelægge de 80 % af værdierne i modsætning til havebrug, der iflg. fhv. landbrugsminister Bordings udtalelser er den mest intensive form for jorddyrkning.

Anna Ullerup Haahr

Omkring 1910 boede midt i det dejlige Sydfyn, på Råstrupgård, ægteparret *Kristoffer* og *Katrine Rasmussen;* mennesker af den slags, der gør een stolt af at høre til menneskeslægten, hvad det jo ellers kniber med. De havde ingen børn, men opdrog omkring et dusin plejebørn, som de antog, når ingen andre ville have dem. *Katrine* led af gigt, greb som efter et halmstrå efter dr. *Mich. Larsen* og blev reddet. Hele gården blev vegetarisk og blev den største private vegetariske missionsstation, vi har haft. Syge mennesker strømmede til fra alle kanter, alle rammer blev sprængt. En af patienterne, frk. *Anna Ullerup,* udvandrede så og begyndte sit vegetariske kurhjem i Troene i juni 1913. Det voksede også og blev flyttet til villa Anka ved Christiansminde, men også det blev for lille, og Kristoffer Rasmussen byggede så til Anna Ullerup Råstrup kursted på bakken oven for Anka, med den dejlige udsigt over Svendborg sund.

Anna Ullerup, der jo i mellemtiden er blevet *Anna Ullerup Haahr,* har altså nu virket i menneskehedens, i sundhedens, i naturhelbredelsens, i vegetarismens tjeneste i 40 år. Det har været et kæmpearbejde, ja mere end det, et gigantarbejde, en personlig kærlighedens indsats, hvis størrelse og betydning, kun kan anes af den, der ikke selv har oplevet den. Den danske vegetarisme står i ubetalelig gæld til hende som arvtager af *Kristoffer* og *Katrine Rasmussens* kærlighedsværk. Vi siger hende vor bevægelses inderlige tak for alt og håber, at hun må få gode år i sit nye hus ved kurstedet, nu da hun vil unde sig en fortjent hvile i sin livsaften!

Oluf Egerod.

Paratyfus'en i Sverrig

Til trods for, at der fra forskellig side blev gjort en masse for at bortforklare den kendsgerning, at det var en alvorlig epidemi, der hærgede vort naboland, har den dog fået alvorlige følger for turistbesøget i det land, der oven i købet havde udsat sit hovedstadsjubilæum til i år.

Omkring 1. august meddeltes det, at der indtil da havde været 25 % færre turister end på samme tid i fjor.

Først konstaterede en epidemiolog med meget stor sikkerhed, at smitten stammede fra den fra Tyskland indførte brødgær, og derefter kom et bestemt slagteri i søgelyset, samtidig med at nogle uappetitlige rotter fik skylden for det passerede.

Derefter viste det sig, at det var inficeret vand, som var blevet benyttet af det pågældende slagteri, men det synes ikke at give en plausibel forklaring på forbudet mod udførsel fra det pågældende len af *levende* slagtekvæg.

Ved udgangen af august meddeltes det endog, at dyrene ankom til slagterierne i smittet tilstand.

Der er åbenbart noget „rottent" i denne sag, og det har ganske afgjort ikke bidraget til at styrke troen på de pågældende autoriteters udtalelser, når man mente, at en rask lille navneforandring på sygdommen

kunne forvandle epidemien til en lille mavehistorie, der kun indebar en smule risiko for udlevede eller svækkede personer.

At de samme autoriteter tilrådede en grundig kogning eller stegning af samtlige fødevarer var ikke morsomt for de kongresdeltagere, der agtede sig til Sigtuna for at smage på råkosten.

For hvad nytter det at skylle frugt og grønt i aldrig så meget vand, når dette kan befrygtes inficeret? Her er enhver patient en udtalt risiko ikke alene for de nærmeste, men for alle, der ikke kan få 100 % sikkerhed for, at de hygiejniske foranstaltninger, der kan træffes for at begrænse smitten, også er bragt ud i virkeligheden.

Vel er det vigtigt, at fødevarer holdes rene og fri for skadelige tilsætninger, men det turde være mindst lige så vigtigt, at *vandet* er rent overalt, hvor mennesker skal opholde sig.

Nyhavn

At svenskere og andre turister lader sig rulle i Nyhavn, er der måske ikke så meget at sige til, så længe det anses for en mandfolkedyd at indtage kemiske midler, der fratager ofrene forstandens brug, men at de samme svenskere sender deres halvstore børn på togt i vore byer for at hamstre spiritus, er i sig selv en utilbørlighed, men værre bliver det dog, når børnene opfordres til at drikke af hver flaske for at komme uden om visse toldbestemmelser.

Man skulle ikke tro det muligt, at myndighederne kunne komme ud for at skulle tage sig af berusede børn, fordi de har måttet gøre papa — måske mama med — den tjeneste at kunne supplere motbokens kvantum op med danske spritvarer.

Det er heller ikke godt, når de samme myndigheder — også af spirituøs årsag — må tage sig af læreren, medens skoleklassen, som var på visit på vor side af Øresund, flakkede forvildet om.

Myrderi

Under en klapjagt i Lincolnshive sidste efterår har 6 „jægere" nedlagt 2119 agerhøns på een dag.

Ganske vist var der hjælpere parat med ladte bøsser, men der skulle alligevel præsteres gennemsnitlig 44 træffere i timen.

Det er, hvad der forstås ved „jagt" nu om stunder!

Fra Mayo Clinic

i Minnesota har dr. Jens David Henriksen sendt en venlig hilsen til VT's medlemmer. Dr. Henriksen er på en afdeling for fysisk medicin for at lære det allernyeste på dette verdensberømte centrum for lægevidenskab. Fruen virker som sygeplejerske, og man har modtaget familien med venlighed.

Efter lang tids kulde og regn var det nu blevet sommer derovre.

Lille borgerkrig i Frankrig og Schweiz

I det sydlige Frankrig er de små vinbønder blevet så utilfredse med, at regeringen ikke fortsat vil afkøbe dem deres urentable overskudsproduktion af vin, at de har grebet til selvtægtens våben. Med borgmesteren i spidsen bygger de barrikader over samtlige veje for derigennem at fremtvinge et tilsagn om fortsat støtte, og den arme regering — eller rettere: de skiftende regeringer — véd ikke deres levende råd, fordi disse ikke kan finde anden anvendelse for vinen end at destillere den til sprit, og det er selvsagt en dyr produktion.

I Schweiz er det abrikosdyrkerne, som er gået til aktion. De har bl. a. spærret Simplon-tunnelen i harme over de lave priser, som de opnår for deres lækre frugter.

Hvad om den „grønne plan", der spøger rundt om i diverse landes regeringskontorer, blev gjort til virkelighed, således at jordbrugsprodukter af denne og lignende art frit kunne dirigeres til de lande, der ønskede at købe?

Eller rettere til de lande, hvis indbyggere ønskede at købe, således at kun almindelige handelsomkostninger blev bestemmende for prisen overalt i Europa.

Det kunne da hænde, at der blev lønnende afsætning for såvel de friske druer som abrikoserne til gavn for sundheden hos såvel sælgerne som køberlandenes befolkning.

SKODSBORG
BADESANATORIUM
Fysisk-diætetisk kuranstalt med medicinsk klinik.
Behandling af reumatiske lidelser, sygdomme i mave og tarm, stofskifte, hjerte og nervesystem m. m.
Forl. prospekt. Tlf. Skodsb. 200

Ægte bi-honning
Alt i vegetariske retter fra Skodsborg Sanitære Fødevarefabrik.
Firkornsbrød - grahamsbrød - honningvin - alle fine marmelader - kiks og bisquits - syltede fersken og abrikoser.
Honning-depotet
Nr. Søgade 39.
Central 8176 - Palæ 8176.

Skodsborg produkter!
De kan altid være sikker på de bedste varer, når De vælger Skodsborg produkter.
De anbefales: Skodsborg corn flakes - granola - Skodsborg kaffeerstatning - æbleblade-te - glutenola - carno - bønnesteg - linsepostej - veg. leverpostej - veg. fiskebudding - linser i brun sauce - sojabønner i bouillon - nuttolene - protose. Kiks: Grahams, havre, vanille og nødde. Skodsborg lyn sauce pulver: På to minutter kan man fremstille en sundhedsmæssig, delikat brun sauce. Skriv efter vareliste! Spørg efter vore varer hos Deres handlende!
Den Sanitære Fødevarefabrik,
Baldersgade 14, Kbhv. N., Taga 289



»SANA« Godthåbsvej 62 - Go. 4290
Udsalg fra
Den Sanitære Fødevarefabrik
Ren plantemargarine, grahamsbrød og andre specialiteter.

ALT TIL
råkost - vegetarkost - Waerlandkost
Kompostdyrket frugt og grønt

Central 62

Råkostdepotet

Gothersgade 129
København K.

Cirkulin hvidløgperler

Et ægte råkostprodukt —

indeholder *kun* råt hvidløg med alle dettes egenskaber usvækkede i behold. Anvendes som permanent kosttilskud: 3 × 2 perler indtages daglig ved måltiderne.

Pris for en pakning med ca. 180 perler: kr. 3,00

= en måneds forbrug.

Forhandles af Råkostdepotet, apoteker, materialister o.s.v.
Nærmere oplysning hos importøren:

Dr. HANS LÜTZHÖFT
Zeuthens Allé 14, Hellerup, HE 4219.

Køb og anvend foreningens mærkater. De sælges i pakker à 30 stk. for 1 kr. portofrit. Foreningens emblem („Vegetarnålen") kan igen købes à 2,50 kr. Frimærker kan modtages som betaling.

Dansk råkostskole
Kongevejen 76, Helsingør

FORLANG PROSPEKT

Børnepensionen „Solhaven"

Telefon Espergærde 262

modtager børn fra 3—10 år

Skodsborg Restauranten
er stedet, hvor Deres sundhed opbygges gennem
vegetarisk mad
råkost — diæter
Frokost - middag - å la carte
Åben mandag—torsdag incl. kl. 11—19
Lukket lørdag
Telef. PAlæ 8855
St. Kongensgade 36-38, mezz.

»VEGETARISK KØKKEN«
ODENSE — Kongensgade 39²
Byens sundeste mad
OVE JACOBSEN

NYHED
Sundhedsmæssig kogebog for raske og syge
J. D. Henriksen og Nora Thomsen:
FRUGT
TIL HVERDAG OG FEST.
— 400 opskrifter —
En nyttig håndbog for alle hjem.
Kart. kr. 8,50.
Sendes pr. efterkrav ell. mod frim.
H. Henningsens boghandel
Vesterbrogade 32, København V.

RÅSTRUP KURSTED
(ved Christiansminde, Svendborg)
Modtager gæster til ferie, hvile og behandling
Anna Ullerup Haahr - Svendb. 755

Dansk Vegetarisk Forening's
litteratur
C. V. Pink: „Hvad moder og barn bør spise" 0,50
„Råkostopskrifter"... 0,25
(10 stk. 2,00).
Portofrit — betaling kan sendes i frimærker.

Lær esperanto,
det andet sprog for alle. Let at lære, udbredt over hele jorden. I Danmark afdelinger i de fleste byer. Komplet korrespondancekursus 10 kr. Nærmere oplysninger hos
Esperantistforeningen for Danmark
Knud Aa. Andersen, Onsild.

Foreningen til Værn for Værgeløse Dyr
opretholder i samarbejde med politimyndighederne et dyreinternat for hjemløse dyr. Modtager og undersøger dyrplagerianmeldelser. Årskontingent 5 kr., medlemsbladet »Dyrets Værn« tilsendes medlemmerne gratis.
Indmeldelser modtages af internatet, Peter Bangsvej 32, Go. 4329

Det ny
»Sol og Sundhed«
Det kendte danske nudistblad er nu betydeligt forbedret, og De bør sikre Dem et prøvenummer. Kr. 1,50 (frimærker).
SOL OG SUNDHED,
Dynkarken 2 . Arhus